

NOVEMBRE

DILLUNS 31	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOURS 3	DIVENDRES 4
FESTA	FESTA	MACARRONS AMB TOMÀQUET	AMANIDA LLEBETX Enciam, tomàquet, olives, poma i fuet	LLENTIES ESTOFADES
		BOTIFARRA DE PORC A LA PLANXA AMB MONGETES BLANQUES	PAELLA D'ARRÒS DE VERDURES	PEIX DE LLOTJA AMB TOMÀQUET AMANIT
		FRUITA	IOGURT	FRUITA
		Per sopar us proposem...		
		Crema de verdures sardines amb enciam	Sopa, vedella a la planxa i patata al caliu	Mongeta verda i pollastre fines herbes
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOURS 10	DIVENDRES 11
AMANIDA DE PASTA DE COLORS	AMANIDA CATALANA Enciam, tomàquet, olives, poma i formatge	ENSALADILLA RUSSA Patata, pastanaga, mongeta, pèsols i ou dur	CIGRONS SALTATS	ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE A LA PLANXA I ALBERGÍNIA ARREBOSSADA AL FORN	LLENTIES ESTOFADES	GALL D'INDI A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA	TRUITA DE PATATA AMB AMB ENCIAM, COGOMBRE I OLIVES	CROQUETES DE ROSTIT CASOLANES AMB TOMÀQUET AMANIT
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	IOGURT
Per sopar us proposem...				
Bròquil i patata i carn magra	Arròs i croquetes amb amanida	Llacets amb verdura i dorada al forn	Pa amb tomàquet amb embotit i amanida	Crema de verdures i xai a la planxa
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOURS 17	DIVENDRES 18
AMANIDA DE LLENTIES Llenties, tomàquet, tonyina, olives i moresc	PÈSOLS AMB PATATA I PASTANAGA AL VAPOR	ESPAGUETIS A LA CARBONARA	AMANIDA D'ARRÒS Enciam, arròs, moresc, tonyina i olives	CREMA DE CARBASSA, MONIATO I PASTANAGA
TRUITA TOMBADA AMB AMB ENCIAM	LLIBRETS DE LLOM AMB COGOMBRE AMANIT	MAIRES FREGIDES AMB HUMMUS I PASTANAGA	POLLASTRE AL FORN AMB CEBA I TOMÀQUET	PIZZA DE PERNIL DOLÇ I FORMATGE
FRUITA	FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA
Per sopar us proposem...				
Carxofes al forn i rogers enfarinats	Amanida d'arròs i tonyina a la planxa	Bledes amb patates i pollastre rostit	Verdura i peix al forn amb carabassa	Arròs amb bacon i truita camperola
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOURS 24	DIVENDRES 25
CREMA DE VERDURES Ceba, porro, carbassó i pastanaga	LLENTIES AMB VERDURES	SOPA DE BROU AMB PASTA	AMANIDA CATALANA Enciam, tomàquet olives i formatge	COL I PATATA BULLIDA
TALL RODÓ DE GALL D'INDI ROSTIT AMB SALSA DE CEPES I XAMPINYONS	TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ AMB ENCIAM I OLIVES	PEIX AL FORN AMB PASTANAGA AMANIDA	ARRÒS A LA CASSOLA	POLLASTRE ARREBOSSAT AMB XIPS DE MONIATO
FRUITA	FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA
Per sopar us proposem...				
Sopa amb pasta i maires fregidetes	Amanida russa i xai a la planxa	Menestra de verdures i remenat d'ou	Llegum i sípia a la planxa amb amanida	Amanida variada i pizza

Us recordem que...

De manera puntual s'atendran els casos de règims astringents i de dieta sense sal. Altres tipus de règim hauran de ser per prescripció mèdica. Totes les cremes porten patata. Les truites són amb derivat d'ou.

MENÚ DE RÈGIM

Arròs blanc o verdura
Cuinat a la planxa
Postres



➤ CAL COMUNICAR-HO AL MATÍ AMB UNA NOTA A L'AGENDA

